For The Long Run™

WOODWAY®

# CURVE / CURVE XL

## Motorloses Laufband

**Originalausgabe der Bedienungsanleitung**

Ausgabe: 08/2013-v1.0de

**Europäische Niederlassung:**

WOODWAY GmbH
Steinackerstr. 20
79576 Weil am Rhein
Deutschland

Tel.: +49 (0) 7621 - 940 999 – 0
Fax.: +49 (0) 7621 - 940 999 – 40
E-Mail: info@woodway.de
Web: www.woodway.de

**Vertrieb:**

Tel. +49 (0) 7621 - 940 999 – 10
E-Mail: vertrieb@woodway.de

**Kundendienst:**

Tel. +49 (0) 7621 - 940 999 – 14
E-Mail: service@woodway.de

**Hersteller:**

WOODWAY USA, Inc.
W229 N591 Foster Ct.
Waukesha, WI 53186
USA

Tel.: +1.262.548.6235
Fax.: +1.262.522.6235
E-Mail: info@woodway.com
Web: www.woodway.com

# Inhalt


1 Einleitung ..... 5
- 1.1 Informationen zur Bedienungsanleitung ..... 5
- 1.2 Haftungsbeschränkung ..... 5
- 1.3 Urheberschutz ..... 6
- 1.4 Ersatzteile ..... 6
- 1.5 Kundendienst ..... 7

2 Sicherheit ..... 8
- 2.1 Allgemein ..... 8
- 2.2 Beschreibung von Warnhinweisen ..... 8
- 2.3 Sicherheitshinweise am Gerät ..... 9
- 2.4 Gesundheitliche Risiken ..... 9
- 2.5 Bestimmungsgemäße Verwendung ..... 10
- 2.6 Unzulässige Betriebsweisen ..... 10

3 Technische Daten ..... 11
- 3.1 Typenschild ..... 11
- 3.2 Technische Spezifikation ..... 12
- 3.3 Abmessungen ..... 13

4 Transport und Lagerung ..... 14
- 4.1 Sicherheitshinweise für den Transport ..... 14
- 4.2 Lagerung ..... 14
- 4.3 Transport des Laufbandes ..... 14

5 Produktbeschreibung ..... 15
- 5.1 Funktion ..... 15
- 5.2 Lauffläche ..... 16
- 5.3 Transportsystem ..... 16

6 Inbetriebnahme ..... 17
- 6.1 Allgemein ..... 17
- 6.2 Aufstellung ..... 17
- 6.3 Montage ..... 17
  - 6.3.1 Gerät platzieren ..... 18
  - 6.3.2 Seitenverkleidung montieren ..... 19
  - 6.3.3 Geländer montieren ..... 21
  - 6.3.4 Display montieren ..... 25

7 Betrieb ..... 26
- 7.1 Zu Ihrer Sicherheit ..... 26
- 7.2 Sicherheitsausrüstung ..... 27
  - 7.2.1 Rücklaufbremse ..... 27
  - 7.2.2 Sicherheitsgeländer ..... 28
- 7.3 Training in der Praxis ..... 28
  - 7.3.1 Professionelle Beratung ..... 28
  - 7.3.2 Warm-up und Cool-down ..... 28
  - 7.3.3 Puls messen ..... 28
  - 7.3.4 Ermittlung maximale Herzfrequenz ..... 29
  - 7.3.5 Herzfrequenztabelle ..... 29
  - 7.3.6 Trainingshäufigkeit ..... 30
- 7.4 Polar®-Herzfrequenzmesser ..... 30
  - 7.4.1 Anlegen des Brustgurts ..... 30
  - 7.4.2 Funktion des Senders ..... 31
- 7.5 Display ..... 31
  - 7.5.1 Displayparameter ..... 32
  - 7.5.2 Beschreibung der Anzeigen ..... 32

7.5.3 Beschreibung der Funktionstasten ..... 32
7.6 Trainingsablauf ..... 33
8 Zubehör und Services ..... 34
9 Wartung und Reinigung ..... 35
9.1 Reinigung ..... 35
9.2 Schmierung ..... 36
9.2.1 Lager ..... 36
9.2.2 Laufflächengürtel ..... 36
9.3 Synchronzahnriemen ..... 37
9.4 Reinigungs- und Wartungsintervalle ..... 37
9.4.1 Wöchentliche Maßnahmen ..... 38
9.4.2 Maßnahmen jährlich ..... 38
9.5 Fehlersuche ..... 38
10 Entsorgungshinweise ..... 39
10.1 Batterien ..... 39
10.2 Geräteentsorgung ..... 39
11 Wartungsprotokoll ..... 40
12 Abbildungsverzeichnis ..... 41

# 1 Einleitung

## 1.1 Informationen zur Bedienungsanleitung

Diese Bedienungsanleitung informiert über den sicheren Umgang mit Ihrem CURVE Laufband.

Voraussetzung für einen sicheren Betrieb ist die Einhaltung aller angegebenen Sicherheitshinweise und Handlungsanweisungen.

**Bedienungsanleitung lesen und beachten!**

Diese Bedienungsanleitung vor Beginn aller Tätigkeiten am Gerät sorgfältig durchlesen! Sie ist Produktbestandteil und muss in unmittelbarer Nähe des Gerätes für das Bedien- und Wartungspersonal jederzeit zugänglich aufbewahrt werden.

**⚠ VORSICHT**

**Unfallgefahr durch falsche Bedienung!**

Wenn das Laufband nicht bestimmungsgemäß nach den Vorgaben des Herstellers verwendet wird, kann es zu Unfällen und Geräteschäden kommen.

► Diese Bedienungsanleitung muss vor der Benutzung des Gerätes vollständig gelesen und verstanden werden.
► Die Anleitung immer griffbereit für alle Benutzer des Gerätes aufbewahren.

**Anleitung beachten!**

Die Fa. **WOODWAY GmbH** übernimmt keine Haftung für Unfälle, Geräteschäden und Folgen aus Geräteausfall, die aus dem Nichtbeachten der Bedienungsanleitung entstanden sind. Darüber hinaus gelten die örtlichen Unfallverhütungsvorschriften und allgemeinen Sicherheitsbestimmungen für den Einsatzbereich des Gerätes.

Technische Änderungen im Rahmen der Verbesserung der Gebrauchseigenschaften und der Weiterentwicklung behält sich der Hersteller ohne vorherige Ankündigung vor. Abbildungen dienen dem grundsätzlichen Verständnis und können von der tatsächlichen Ausführung des Gerätes abweichen.

Zubehör anderer Lieferanten haben weiterführende Sicherheitsbestimmungen und Richtlinien. Diese müssen ebenfalls beachtet werden.

## 1.2 Haftungsbeschränkung

Alle Angaben und Hinweise in dieser Anleitung wurden unter Berücksichtigung der geltenden Normen und Vorschriften, dem Stand der Technik sowie unserer Erkenntnisse und Erfahrungen zusammengestellt.

Die Fa. **WOODWAY GmbH** übernimmt keine Haftung für Schäden aufgrund von:

- Nichtbeachtung der Bedienungsanleitung
- Nichtbestimmungsgemäßer Verwendung
- Nutzung durch nicht eingewiesene Personen
- Verwendung von Ersatzteilen, die nicht von der Fa. **WOODWAY GmbH** freigegeben wurden.
- Eigenmächtiger Veränderungen am Gerät oder Zubehör.

Es gelten die Allgemeinen Geschäftsbedingungen, sowie die Lieferbedingungen der Fa. **WOODWAY GmbH** und die zum Zeitpunkt des Vertragsabschlusses gültigen gesetzlichen Regelungen.

## 1.3 Urheberschutz

Die Überlassung der Bedienungsanleitung an Dritte ohne schriftliche Genehmigung der Fa. **WOODWAY GmbH** ist unzulässig.

**HINWEIS**

Alle inhaltlichen Angaben, Texte, Zeichnungen, Bilder und sonstigen Darstellungen sind urheberrechtlich geschützt und unterliegen den gewerblichen Schutzrechten.
Jede missbräuchliche Verwertung ist strafbar!

Vervielfältigungen in jeglicher Art und Form - auch auszugsweise - sowie die Verwertung und/oder Mitteilung des Inhaltes sind ohne schriftliche Erklärung der Fa. **WOODWAY GmbH** nicht gestattet.

## 1.4 Ersatzteile

Die Fa. **WOODWAY GmbH** empfiehlt die Verwendung von Original-Ersatzteilen. Originalersatzteile besitzen besondere Qualitätsmerkmale und gewährleisten eine zuverlässige und sichere Funktion;

- Entwicklung für den speziellen Einsatz des Gerätes,
- Herstellung in hoher Qualität und Güte,
- Gewährleistung der gesetzlichen Garantiefrist (Verschleißteile ausgenommen) oder andere getroffene Vereinbarungen.

**HINWEIS**

Die Verwendung von NICHT-Originalersatzteilen kann die Eigenschaften des Gerätes verändern und eine sichere Verwendung beeinträchtigen!
Für Schäden die dadurch entstehen, ist jede Haftung durch die Fa. **WOODWAY GmbH** ausgeschlossen.

**ENTSORGUNG!** Verschleißteile sind Sonderabfall!

Nach dem Austausch sind Verschleißteile nach den landesüblichen Abfallgesetzen zu entsorgen.

Weitere Informationen zur Entsorgung, siehe Kapitel 10 Seite 39.

## 1.5 Kundendienst

In Servicefragen kontaktieren Sie wie folgt:

**WOODWAY GmbH**
Steinackerstr. 20
79576 Weil am Rhein
GERMANY

**Kontakt:** Tel. +49 (0) 7621 - 940 999 - 14
Fax. +49 (0) 7621 - 940 999 - 40
Email: service@woodway.de

Zur schnelleren Bearbeitung Ihrer Anfragen halten Sie folgende Daten und Informationen bereit:

- Angaben auf dem Typenschild (spez. Modell / Seriennummer)
- Genaue Beschreibung des Sachverhaltes
- Kundennummer (sofern vorhanden)
- Welche Aktionen wurden bereits unternommen

**Servicearbeiten:** Die Anschrift der für Sie zuständigen Service-Stelle kann beim Hersteller erfragt werden. Nach einer Reparatur bzw. vor der Wiederinbetriebnahme sind die unter „Installation" und „Inbetriebnahme" aufgeführten Maßnahmen wie bei der Erstinbetriebnahme durchzuführen.

# 2 Sicherheit

## 2.1 Allgemein

Das Laufband wurde nach dem neuesten Stand der Technik betriebssicher konstruiert, gefertigt und geprüft und befindet sich in einem sicherheitstechnisch einwandfreien Zustand. Trotzdem können vom Gerät Gefahren für Personen und Sachgegenstände ausgehen, wenn dieses unsachgemäß betrieben wird.

Die Bedienungsanleitung ist daher in vollem Umfang zu lesen und die Sicherheitshinweise sind zu beachten.

Direkt am Gerät angebrachte Warnhinweise müssen beachtet und in vollständig lesbarem Zustand gehalten werden.

Bei nicht sach- und bestimmungsgemäßer Verwendung wird jede Haftung und Garantie durch die Fa. **WOODWAY GmbH** abgelehnt.

## 2.2 Beschreibung von Warnhinweisen

Warnhinweise weisen auf mögliche Gefährdungen oder Sicherheitsrisiken hin. Sie sind in dieser Bedienungsanleitung durch ein farbig unterlegtes Signalwort-Panel (Symbol mit entsprechendem Signalwort) gekennzeichnet.

Alle Warnhinweise haben den gleichen standardisierten Aufbau und die gleiche Inhaltsstruktur.

**Musteraufbau eines Warnhinweises:**

| ⚠ SIGNALWORT |
|---|
| **Hinweistext, Art und Quelle der Gefahr**<br>Beschreibung der Folgen bei Missachtung der Gefahr.<br>► Maßnahmen, Anweisungen und Verbote zur Vermeidung der Gefahr,<br>► Weitere Maßnahmen … |

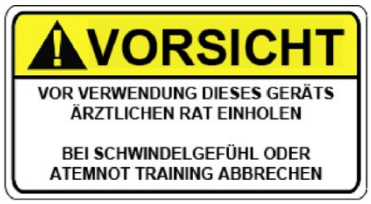
**Klassifizierung:**

| | |
|---|---|
| HINWEIS | HINWEIS bzw. ACHTUNG (kein Gefahrenzeichen)<br>Keine Verletzungsgefahr, sachdienliche Informationen und Warnung vor Sachschaden. |
| ⚠ VORSICHT | VORSICHT (mit Gefahrenzeichen)<br>Geringfügige oder leichte Verletzungen möglich. |
| ⚠ WARNUNG | WARNUNG (mit Gefahrenzeichen)<br>In einer gefährlichen Situation ist ein Unfall möglich, schwere Verletzungen oder Tod möglich. |
| ⚠ GEFAHR | GEFAHR (mit Gefahrenzeichen)<br>Im Falle eines Unfalls unmittelbare Gefahr von Tod oder schwerer Verletzung. |

## 2.3 Sicherheitshinweise am Gerät

Das CURVE verfügt über zwei Sicherheitsaufkleber am Gerät. Es wird darauf hingewiesen, dass das Laufband motorlos ist, sich der Laufflächengürtel frei gegen die Laufrichtung nur in einer Richtung dreht und dass der Aufstieg von hinten erfolgen muss. Des Weiteren wird auf gesundheitliche Gefahren durch Überanstrengungen hingewiesen.

Sicherheitsrelevante Informationen sind durch folgende Aufkleber am Gerät gekennzeichnet:

| | |
|---|---|
| | **Vorsicht bei der Nutzung des motorlosen Laufbandes!**<br>Hinweis auf die freie Beweglichkeit nur in Pfeilrichtung und das Auf- und Absteigen des Bandes. |
|  | **Vorsicht bei der Nutzung in Bezug auf den Gesundheitszustand!**<br>Vor Verwendung ärztlichen Rat einholen und bei gesundheitlichen Beschwerden Training abbrechen. |

## 2.4 Gesundheitliche Risiken

**⚠ WARNUNG**

**Gesundheitliche Gefährdung für bestimmte Personengruppen!**

Für bestimmte Personen kann die Benutzung des CURVE Laufbandes gesundheitliche Risiken bergen.

► Prüfen Sie vor der Benutzung des Gerätes, ob untenstehende Einschränkungen für bestimmte Personengruppen auf Sie zutreffen. Wenn ja, sind die angegebenen Maßnahmen einzuhalten.

**Personen mit Krankheitsbildern**

Sprechen Sie vor Beginn eines Trainingsprogramms insbesondere dann mit Ihrem Arzt, wenn eine der folgenden Bedingungen auf Sie zutrifft:

- Vorgeschichte einer Herzerkrankung
- Bluthochdruck
- Diabetes
- chronische Atemwegserkrankungen
- erhöhter Cholesterinspiegel
- Raucher
- sonstige chronische Krankheiten oder körperliche Beeinträchtigungen

**Schwangere**

Schwangere Frauen müssen vor Beginn eines Trainingsprogramms ärztlichen Rat einholen.

**Symptome während des Trainings**

Sollten Sie während der Benutzung des Laufbands Schwindelgefühl, Schmerzen im Brustbereich, Übelkeit oder sonstige anormale Symptome bemerken, brechen Sie das Training sofort ab. Holen Sie ärztlichen Rat ein, bevor Sie das Training fortsetzen.

## 2.5 Bestimmungsgemäße Verwendung

**⚠ WARNUNG**

**Gefahr durch nicht bestimmungsgemäße Verwendung!**

Jede nicht bestimmungsgemäße Verwendung und/oder anderweitige Benutzung des Gerätes kann zu gefährlichen Situationen mit erheblichem Personen- und/oder Sachschaden führen.

► Das CURVE nur bestimmungsgemäß verwenden.
► Sämtliche Angaben in der Bedienungsanleitung lesen und strikt einhalten.

Das CURVE Laufband ist ein motorloses Laufband. Es dient dem sportlichen Lauftraining zur Konditionssteigerung und der körperlichen Fitness.

Die Bedienungsanleitung gilt als Bestandteil des Gerätes und ist jederzeit allen Benutzern zugänglich zu halten. Die genaue Beachtung der Bedienungsanleitung ist Voraussetzung für den bestimmungsgemäßen Gebrauch des WOODWAY Gerätes.

**⚠ WARNUNG**

**Verletzungsgefahr durch Sturzrisiko!**

Es besteht Sturzrisiko durch das frei laufende Laufband.

► Machen Sie sich vor dem ersten Training mit der Funktionsweise und dem Wirkprinzip des CURVE vertraut.
► Benutzen Sie beim Auf- und Absteigen und bei Trainingsbeginn immer das Sicherheitsgeländer!

**ACHTUNG**

Ansprüche jeglicher Art an den Hersteller wegen Schäden aus nicht bestimmungsgemäßer Verwendung sind ausgeschlossen.

Für alle Schäden bei nicht bestimmungsgemäßer Verwendung haftet allein der Betreiber!

## 2.6 Unzulässige Betriebsweisen

Das CURVE Laufband darf nur im Rahmen der vorher genannten Zweckbestimmung eingesetzt werden. Darüber hinausgehende Verwendungen können zu schweren Personen- und/oder Sachschäden führen.

Folgende Einschränkungen und Verbote sind strikt einzuhalten:

- Das Laufbanddarf nicht ohne vorherige Einweisung durch qualifiziertes Fachpersonal in Betrieb genommen.
- Kinder dürfen das Gerät weder benutzen noch sich unbeaufsichtigt in seiner Nähe aufhalten.
- Die Benutzung des CURVE im alkoholisierten Zustand oder unter Einfluss von Drogen und/oder Betäubungsmitteln ist verboten.
- Das CURVE darf nicht für Tiere verwendet werden.
- Nicht auf- und vom CURVE abspringen!

# 3 Technische Daten

## 3.1 Typenschild

Jedem WOODWAY Laufband wird während der Herstellung eine Seriennummer zugewiesen. In Abhängigkeit vom Baujahr Ihres Modells weist es einen alphanumerischen Code mit 7-8 Zeichen oder aber einen numerischen Code mit 9 Ziffern auf. Die Seriennummer finden Sie auf dem Typenschild im Bereich des Laufbandrahmens vorn links.

Auf den Typenschildern befinden sich die wesentlichen technischen Angaben des Gerätes.

Der Funktionsumfang des Laufbandes ist neben dem Typenschild auch auf dem Lieferschein des Gerätes vermerkt.

**Bei Rückfragen bereithalten!**

Bei servicetechnischen Rückfragen sind die Angaben auf dem Typenschild bereitzuhalten.

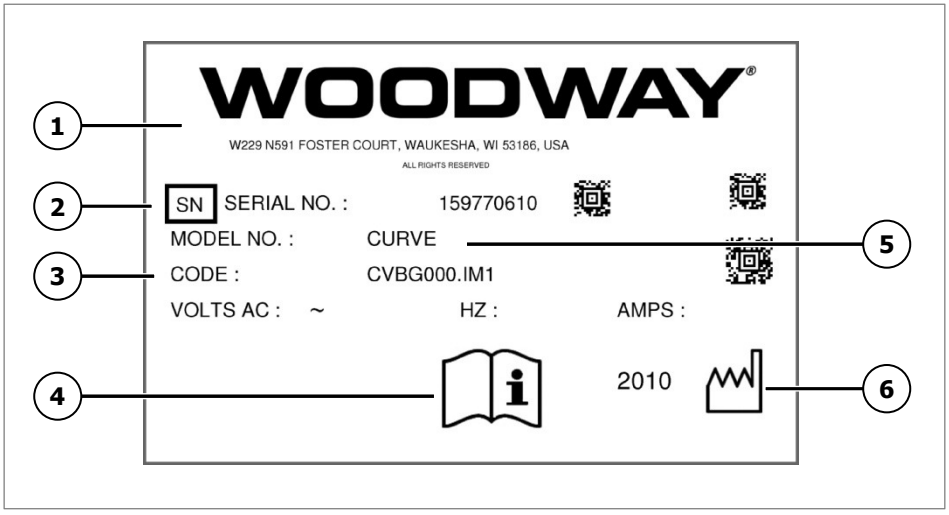



*Abb. 1 Typenschild*

1. Herstellername und Adresse, Herstellerlogo
2. Seriennummer
3. Produktcode
4. Hinweis Bedienungsanleitung lesen und beachten
5. Modellnummer
6. Herstellungsjahr

## 3.2 Technische Spezifikation

| Gerätebezeichnung: | Model: CURVE | Model: CURVE XL |
|---|---|---|
| Lauffläche (L x B): | 172 x 43 cm | 218 x 55 cm |
| Nutzbare Lauffläche (L x B): | 157 x 43 cm | 203 x 55 cm |
| Lauffläche / Technologie:<br>Härte der Lauffläche / Laterales Spiel: | Lamellen (auswechselbar) / Gummi auf Aluminium T-Profil<br>43-47 Shore A / +/- 2 mm | |
| | 60 Lamellen | 77 Lamellen |
| Abmessungen Rahmen (L x B x H): | 172 x 73 x 46 cm | 218 x 86 x 53 cm |
| Gesamtabmessung (L x B x H): | 172 x 85 x 173 cm | 218 x 97 x 193 cm |
| Gerätegewicht: | 190 kg | 235 kg |
| Max. Läufergewicht (bei max. 5 km/h): | 225 kg (360 kg) | 225 kg (360 kg) |
| Lauffläche über Boden (tiefster Punkt): | 28 cm | 28 cm |
| Umgebungsbedingungen für Lagerung und Transport: | Temperatur: -10°C bis +70°C<br>Relative Feuchte: 15 - 85% (nicht kondensiert)<br>Luftdruck: 400 - 1060hPa | |
| Umgebungsbedingungen für den Betrieb: | Temperatur: +10°C bis +40°C<br>Relative Feuchte: 15 - 85% (nicht kondensiert)<br>Luftdruck: 700 - 1060hPa | |
| Pulsmessung: | 1-Kanal, EKG-genau, Brustgurt POLAR T34 (Zubehör) | |
| Schutzart: | IP2X | |
| Antriebsmotor: | Antrieb durch menschliche Leistung | |
| Geschwindigkeit: | 0 - X km/h (keine Maximalgeschwindigkeitsbegrenzung) | |

## 3.3 Abmessungen

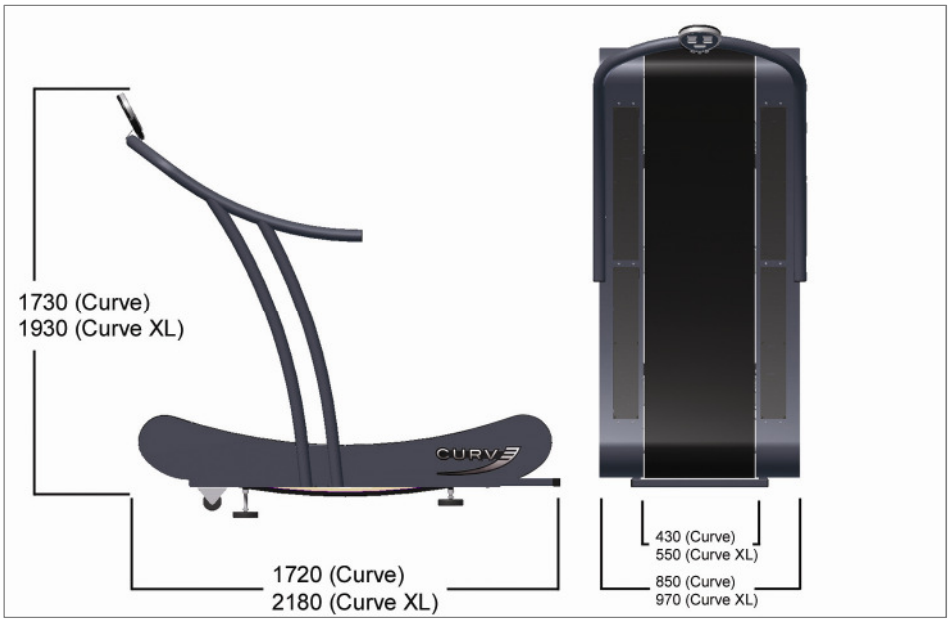



*Abb. 2 Geräteabmessungen*

# 4 Transport und Lagerung

## 4.1 Sicherheitshinweise für den Transport

Das Laufband bei Anlieferung auf Transportschäden prüfen. Ebenfalls Lieferumfang inkl. Zubehör kontrollieren und mit dem zugehörigen Lieferschein vergleichen.

Der Hersteller haftet nicht für Transportschäden und fehlende Teile, wenn diese Informationen nicht bei der Anlieferung des Gerätes auf den Lieferpapieren schriftlich vermerkt wurden. Schäden und Mängel sind sofort sowohl dem Spediteur als auch dem zuständigen WOODWAY-Fachhändler mitzuteilen.

**⚠ WARNUNG**

**Verletzungsgefahr durch umstürzendes oder herabfallendes Gerät!**

Beim unsachgemäßen Transport des Gerätes kann es zu Verletzungen oder Geräteschäden durch Umstürzen oder Herabfallen kommen.

- ► Transport nur unter Einhaltung der Sicherheitsvorschriften durchführen.
- ► Zum Transport nur die mitgelieferten Tragrohre verwenden.
- ► Gerät niemals am Geländer oder Schutzverkleidung anheben.
- ► Immer auf stabile Schwerpunktlage und Kippsicherheit achten.

**WOODWAY Service:** Bei Bedarf können Transporte oder Umzüge durch autorisierte **WOODWAY** Service-Partner durchgeführt werden.

Für weitere Informationen kontaktieren Sie den WOODWAY- Kundendienst.

## 4.2 Lagerung

Eine Lagerung ist nur in geschlossenen trockenen Räumen zulässig. Der direkte Kontakt mit Feuchtigkeit (Regen, Nebel etc.) ist unbedingt zu vermeiden.

Für Transport und Lagerung sind folgende Umgebungsbedingungen vorgeschrieben:

- Temperatur: -10°C bis +70°C
- Relative Feuchte: 15 - 85% (nicht kondensiert)
- Luftdruck: 400 – 1060 hPa

## 4.3 Transport des Laufbandes

**Tragerohre:** Die Tragerohre werden in die dafür vorgesehenen Öffnungen unten an der Vorderseite des Laufbandrahmens eingesetzt. Ziehen Sie nicht an den Verkleidungen und nehmen Sie sie nicht ab. Wenn das Laufband auseinandergebaut werden muss, können die Verkleidungen und die Geländereinheit abgenommen werden, um den Transport zu erleichtern.

**Transportrollen!** Das CURVE ist für kurze Transportwege an der vorderen Unterseite des Gerätes mit zwei Rollen ausgestattet. An der Rückseite des Gerätes ist ein Tragegriff mit dem Rahmen verschweißt. An diesem können Sie das gesamte Gerät anheben und wie eine Schubkarre manövrieren. Beachten sie, dass das Laufband sehr schwer ist.

Die Transportrollen werden erst ab einer bestimmten Höhe nach Anheben und Kippen des Gerätes funktionsfähig. Beachten Sie jedoch, dass sich das Geländer vor dem Laufband durch das Anheben an der Rückseite des Gerätes absenkt. Ziehen Sie das Gerät daher vor dem Anheben ein Stück von der Wand, damit das Display nirgendwo anstößt.

# 5 Produktbeschreibung

## 5.1 Funktion

DAS CURVE Laufband ist ein motorloses Trainingsgerät. Der Benutzer steuert ausschließlich durch seine Laufgeschwindigkeit gegen die aufwärts gewölbte Lauffläche im vorderen Bereich die angestrebte Trainingsgeschwindigkeit.

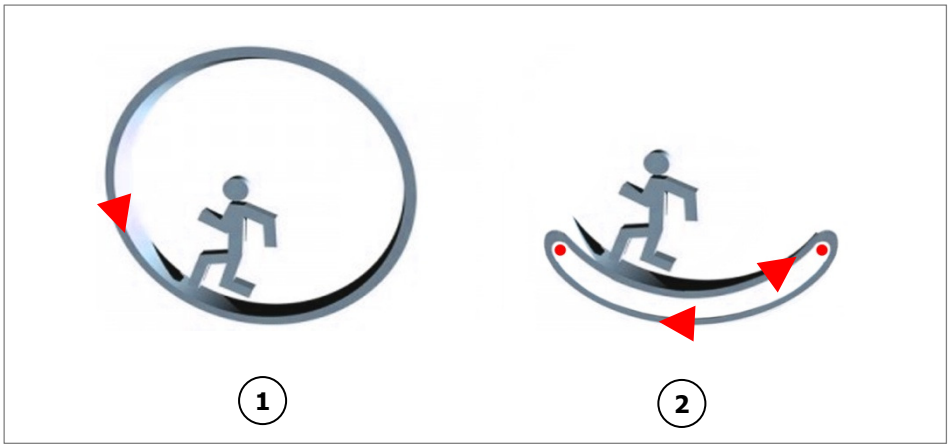



*Abb. 3 CURVE Wirkungsweise*

1. Grundprinzip des Rotationsantriebes durch bewegte Masse
2. Anwendung auf den CURVE Antrieb durch eine laufende Person

Über die Gewichtsverlagerung und der daraus resultierenden Laufgeschwindigkeit wird das Laufband beschleunigt, verlangsamt bzw. angehalten. Das CURVE funktioniert ohne Motor, daher gibt es keine NOT-AUS Vorrichtung. Das Laufband hält eigenständig an. Je nach Geschwindigkeit benötigt das Gerät einige Zeit bis es in den Stillstand kommt.

**Laufband anhalten**

Zum Anhalten der Lauffläche stellt sich der Läufer rechts und links gegrätscht neben die Lauffläche und lässt diese kontrolliert bis zum Stillstand auslaufen (oder er verlagert seinen Körperschwerpunkt bei aufrechter Haltung so weit nach hinten, bis das Laufband zum Stillstand kommt).

**⚠ WARNUNG**

**Verletzungsgefahr durch Sturz!**

Beim Training insbesondere bei der ersten Nutzung des Gerätes kann es zu Verletzungen durch Sturz kommen.

- ► Machen Sie sich vor dem ersten Training mit der Wirkungsweise des CURVE vertraut. Eine Gewichtsverteilung in den vorderen gewölbten Bereich animiert Sie zu schnellerem Laufen, die Verlagerung nach hinten verlangsamt den Lauf.
- ► Halten Sie sich während der ersten Trainingsprogramme unbedingt am Sicherheitsgeländer fest, bis Sie sich sicher auf dem Laufband bewegen können.

## 5.2 Lauffläche

Der Laufflächengürtel besteht aus einzelnen Lamellen, die auf eine durchgängige Zahnriemengruppe montiert sind.

**Lamellenaufbau**

Die einzelnen Lamellen bestehen aus zwei Komponenten: einer Oberfläche aus Gummi und einem T-förmigen Aluminiumträger. Dank der etwa 1 cm dicken Gummioberfläche und der T-Lamelle aus Aluminium hat ein WOODWAY Gerät die "weltweit idealste Laufoberfläche bei Laufbändern". Durch die Laufoberfläche aus Gummi wird der Großteil der Aufprallenergie absorbiert und der lokale Schmerz in den Extremitäten im Zusammenhang mit langem Laufen gemindert. Durch das Zusammenspiel der Riemenvorrichtung mit dem Transportsystem werden Reibung und Wärmeentwicklung ausgeschlossen. Somit erhöht sich die Lebensdauer der Laufoberfläche und des gesamten Laufbands.

Die WOODWAY Lauffläche unterscheidet sich grundlegend von den Laufgurten herkömmlicher Laufbänder (für die normalerweise ein Baumwoll-Nylon-Gürtel verwendet wird). An Ihrem WOODWAY Laufband stellen Sie möglicherweise zunächst eine höhere Griffigkeit der Oberfläche fest, wie Sie sie bisher noch nicht kennengelernt haben. Je öfter Sie Ihr Laufband verwenden, desto mehr werden Sie sich an seine Griffigkeit gewöhnen. Wie bei allen Laufbändern ist es auch auf einem WOODWAY Laufband wichtig, möglichst keine schlurfenden Fußbewegungen auszuüben.

## 5.3 Transportsystem

Das Transportsystem besteht aus zwei Auflageschienen (Sekundärträger), welche mit Hochleistungskugellagern ausgestattet sind. Sechs Keilriemenführungen auf jedem Träger garantieren die laterale Stabilität.

Das System aus insgesamt 112 Kugellagern stützt die Lauffläche und verteilt die Last des Läufers gleichmäßig auf das gesamte Laufband. Der Laufflächengurt (Lamellen + stahldrahtverstärkter Zahnkeilriemen) wird durch eine Umlenkung vorn und hinten formschlüssig geführt. Beide umlenkrollen sind durch einen Zahnriemen aneinander gekoppelt und dadurch synchronisiert. Dadurch ist der bogenförmige Durchhang möglich. Diese Kombination Lauffläche / Sekundärträger / Umlenkung macht das Lamellensystem in seiner Funktion einzigartig:

- Geringe Reibung (Energieersparnis) und geringer Verschleiß (zirka 240.000 km funktionale Lebensdauer)
- Hohe Lebensdauer (ein Laufflächengürtel für ein Laufbandleben)

# 6 Inbetriebnahme

## 6.1 Allgemein

Bei der Inbetriebnahme erfolgt die erstmalige bestimmungsgemäße Verwendung des Gerätes, siehe Kap. 2.5 Seite 10. Dazu ist zu gewährleisten, dass die für Sie geltenden grundlegenden Sicherheits- und Gesundheitsschutzanforderungen erfüllt sind. Vor der Inbetriebnahme ist diese Bedienungsanleitung vollständig zu lesen.

Vor der ersten Inbetriebnahme des Gerätes ist die Betriebs- und Funktionssicherheit herzustellen und zu prüfen. Dazu gehören die korrekte Aufstellung sowie die Einweisung des Bedienpersonals.

## 6.2 Aufstellung

Installieren Sie Ihr Laufband nur ebenerdig auf einem ausreichend tragfähigen, stabilen Boden. Die Oberfläche sollte möglichst eben sein, um zu gewährleisten, dass sich der Rahmen nur minimal biegen kann. Platzieren Sie das Laufband aufgrund beweglicher Teile an der Unterseite nicht direkt auf einem hochflorigem Velours- oder Flauschteppich.

**ACHTUNG**

**Sicherheitsbereich vorsehen!**

Halten Sie den Bereich hinter dem Laufband frei.

Achten Sie darauf, dass zwischen der Rückseite des Laufbands und Wänden oder Möbeln ein Abstand von mindestens 2 m besteht.

Wenn der Gerätestandort mit einem hochflorigen Teppichboden ausgestattet ist, sollten Sie eine Boden-Schutzmatte unter das Gerät legen.

WOODWAY bietet entsprechende Matten zum Verkauf an. Weitere Informationen erhalten Sie unter der Telefonnummer +49 (0)7621 - 940 999 - 0.

Durch die Verwendung einer Boden-Schutzmatte wird die Produktion von Fusseln, die in das Laufband gelangen können verringert. Zudem wird der Verschleiß des Teppichs minimiert.

## 6.3 Montage

Das Lamellenlaufband CURVE wird in der Regel direkt von WOODWAY oder von einer autorisierten Partner-Spedition frei Verwendungsstelle angeliefert und montiert.

Die Geländereinheit und die Seitenverkleidungen können abgenommen werden, um das Gewicht zu reduzieren und den Transport zu erleichtern.

**HINWEIS**

Das erforderliche Montagewerkzeug und -material ist im Lieferumfang enthalten.

Alle Schrauben bzw. Teile des Werkzeuges basieren auf Inch-Basis (amerikanische Maßeinheit). Es dürfen keine metrischen Schrauben verwendet werden.

Die Installation des Gerätes wird in den folgenden Kapiteln beschrieben.

### 6.3.1 Gerät platzieren

*Abb. 4 Montageschritt, Gerät platzieren*

- Platzieren Sie das Gerät auf einer ausreichend tragfähigen, ebenen Stellfläche, Informationen siehe Kapitel 6.2 Seite 17.
- Das Unterteil des Laufbands weist im vorderen Bereich Räder auf. Durch das Anheben am Griff an der Rückseite des Gerätes kann das Laufband auf den Rädern befördert werden. Die Transportrollen werden erst ab einer bestimmten Höhe nach Anheben und Kippen des Gerätes funktionsfähig.
- Zum Tragen des Gerätes setzen Sie die Tragerohre in das Unterteil des Laufbands ein. Die eckigen Stahlstangen passen in zwei eckige Halterungen an der Vorderseite des Laufbands.

**ACHTUNG**

Das Basisgerät hat ein hohes Gewicht! Achten Sie darauf, dass die Tragerohre während des Transportes nicht aus den Halterungen rutschen können.

- Nehmen Sie die Rohre nach abgeschlossenem Transport aus der Halterung.

### 6.3.2 Seitenverkleidung montieren

Die Seitenverkleidungen beim CURVE und CURVE XL unterscheiden sich.

Beim CURVE XL sind die Verkleidungen getrennt und bestehen aus zwei Verkleidungsteilen pro Seite. Die Verkleidungen sind in der Mitte getrennt (siehe Abb. 8 Seite 21), der weitere Aufbau ist identisch zum CURVE.

*Abb. 5 Montageschritt, Seitenverkleidung aufsetzen*

- Legen Sie die rechte und linke Seitenverkleidung um das Basisgerät. Die gebogene Bauform und der Ausschnitt für die Geländermontage gibt Ihnen die Montageposition vor.
- Stellen Sie sicher, dass sie an der richtigen Position auf dem Rahmen sitzen und nicht an Antriebsriemen oder Umlenkrollen anstehen.
- Prüfen Sie ob sich die sechs Bohrlöcher an der Oberseite jeder Seitenverkleidung direkt über den darunter liegenden Löchern im Rahmen befinden.
- Schrauben Sie die Seitenverkleidung von oben noch nicht fest, da Sie sie zunächst an der Unterseite des Rahmens fixieren müssen.
- Vergewissern Sie sich abschließend, dass das Datenkabel (in Laufrichtung rechts) zwischen der Geländeraussparung der Seitenverkleidung herausragt. Es wird in einem späteren Schritt mit dem Kabel des Displays verbunden. Nehmen Sie diese Seitenverkleidung wieder ab, wenn das Kabel nicht sichtbar ist. Führen Sie das Kabel durch die vorhandene Öffnung.

*Abb. 6 Montageschritt, Seitenverkleidung unten verschrauben*

- Fixieren Sie beide Seitenverkleidungen (bei CURVE XL vier Stück) mit dem Rahmen. Schrauben Sie die Verkleidung mit den beiliegenden Kreuzschrauben und Schraubendreher jeweils vorn und hinten an insgesamt vier Punkten an der Unterseite des Gerätes fest.
- Drücken Sie von außen leicht gegen die Verkleidung, bis die Bohrlöcher des Rahmens und Seitenverkleidung übereinander liegen und die Schraube in das Gewinde greifen kann.

*Abb. 7 Montageschritt, Seitenverkleidung oben/seitlich verschrauben*

- Fixieren Sie nun die Seitenverkleidungen von oben mit dem Rahmen. Verschrauben Sie die Verkleidung mit den beiliegenden Innensechskant-Schrauben und dem beiliegenden Innensechskant-Schlüssel jeweils vorn, mittig und hinten an der Oberseite des Gerätes (je Seite an sechs Punkten).

*Abb. 8 Montageschritt, Seitenverkleidung oben/mittig verschrauben (CURVE XL)*

- Das Festschrauben sollte problemlos und ohne größeren Widerstand möglich sein. Ist dies nicht der Fall, drücken Sie von außen leicht gegen die Verkleidung, bis die Bohrlöcher des Rahmens und der Seitenverkleidung übereinander liegen und die Schraube in das Gewinde greifen kann.

### 6.3.3 Geländer montieren

**ACHTUNG**

Das Laufband CURVE darf niemals ohne montiertes Geländer verwendet werden! Es besteht Verletzungsgefahr!

*Abb. 9 Montageschritt, Geländer positionieren*

- Nehmen Sie das Geländer wie abgebildet und steigen Sie vorsichtig auf die rechte und linke Seitenverkleidung des Laufbandes.

**⚠ WARNUNG**

**Unfallgefahr durch Sturz vom Laufband!**

Verletzungsgefahr durch unsicheren Stand beim Betreten des Laufbandes mit Geländerlast.

► Nicht mit Gewicht die Lauffläche betreten,
► Stellen Sie sich zur Positionierung des Geländers neben die Lauffläche auf die Seitenverkleidungen

- Durch das Eigengewicht des Geländers sollte dieser Montageschritt vorzugsweise mit einer zweiten Person durchgeführt werden. Setzen Sie das Geländer wie abgebildet auf.

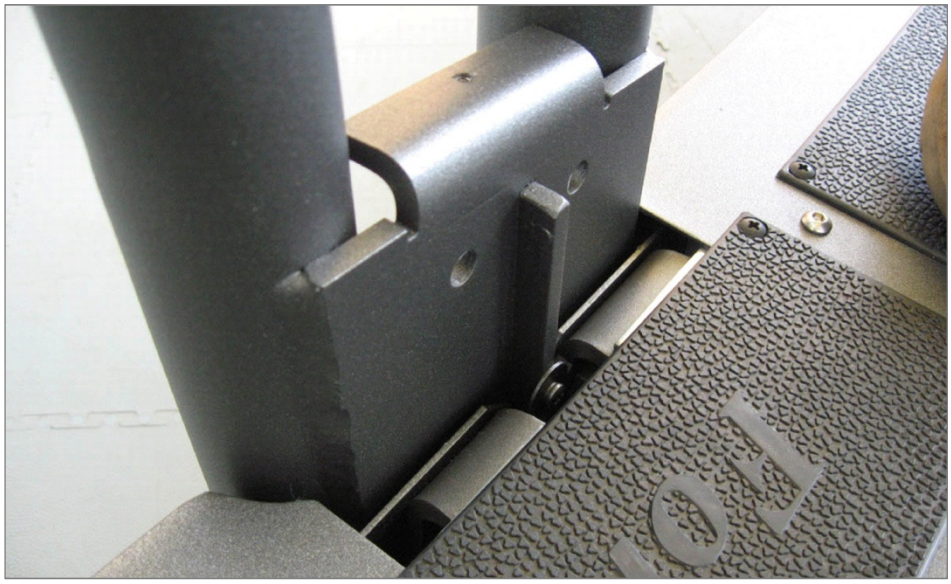


*Abb. 10 Montageschritt, Geländer aufstecken*

- ACHTUNG!
  Stecken Sie das Geländer nicht vollständig in die Führung ein!
- Prüfen Sie **vor** dem Einstecken des Geländers in die Führung, ob das Datenkabel aus der Gerätebasis und das Anschlusskabel aus der unteren Öffnung des Geländers herausragen.

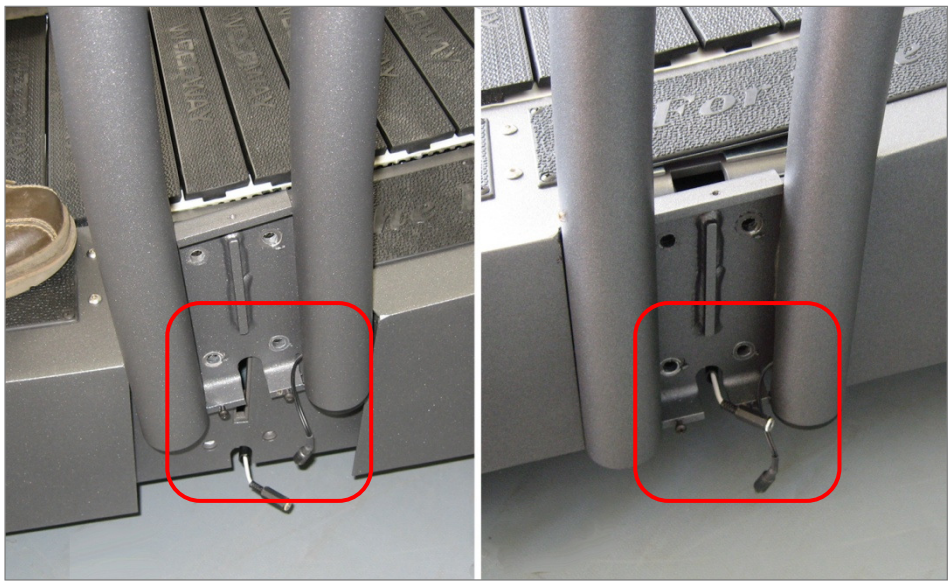


*Abb. 11 Montageschritt, Geländer aufstecken - Kabel*

- Bevor Sie das Geländer vollständig Einstecken muss sichergestellt werden, dass der Stecker des Datenkabels nicht durch die Unterkante des Geländers beschädigt (gequetscht, abgeschnitten oder verdreht) werden kann. Das Geländer besitzt eine Aussparung für das Kabel.

- Wenn Sie die Positionen der Kabel geprüft haben, stecken Sie das Geländer bis zum Anschlag in die Führung ein. Sollte sich das Geländer schwergängig einschieben lassen, verändern Sie minimal den Einsteckwinkel indem Sie das Geländer mit kleinen Bewegungen nach links und rechts bzw. von vorn und hinten bewegen.

*Abb. 12 Montageschritt, Kabel verbinden*

- Schließen Sie beide Enden des Display- und Datenkabels an und verstauen Sie überstehendes Kabel in der Öffnung des Geländers.

*Abb. 13 Montageschritt, Geländer verschrauben*

- Fixieren Sie nun das Geländer mit dem Rahmen. Schrauben Sie die Verkleidung mit den beiliegenden Sechskantschrauben und dem beiliegenden Steckschlüssel jeweils rechts und links - je Geländerseite an vier Punkten - zwischen den beiden Rohren des Geländers fest. Drehen Sie alle vier Schrauben erst lose ein, bevor Sie sie mit dem Schraubenschlüssel festziehen.

*Abb. 14 Montageschritt, Abdeckblech aufsetzen*

- Setzen Sie abschließend das Abdeckblech auf beiden Seiten des Geländers über die Schrauben und verstauen Sie das Kabel des Displays dahinter (in Laufrichtung rechts).

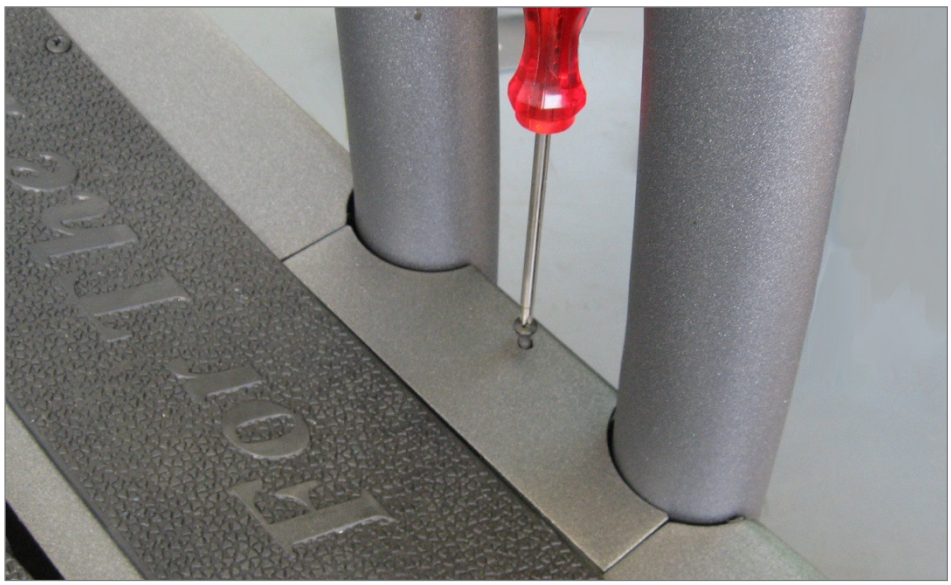


*Abb. 15 Montageschritt, Abdeckblech verschrauben*

- Verschrauben Sie das rechte und linke Abdeckblech jeweils mit einer Kreuzschraube von oben und zwei Kreuzschrauben seitlich unten.

### 6.3.4 Display montieren

Öffnen Sie den Karton mit dem Display. Packen Sie das Display, zwei Innensechskantschrauben und den Innensechskantschlüssel aus.

*Abb. 16 Displaymontage, Kabel verbinden*

Stecken Sie zuerst die beiden Steckerenden (eins vom Geländer und das andere vom Display) fest zusammen und stellen Sie sicher, dass sie hörbar einrasten.

Schieben Sie das überstehende Kabel in das Geländerrohr.

*Abb. 17 Displaymontage, Befestigung*

Richten Sie das Display so am Geländerbügel aus, dass die oberen und unteren Bohrungen der Konsole mit den Gewindelöchern im Bügel für die Verschraubung zusammenpassen.

Verschrauben Sie die Konsole mit den Innensechskantschrauben oben und unten.

*Abb. 18 Batterien einlegen*

Öffnen Sie abschließend das Batteriefach an der Displayrückseite und legen Sie zwei handelsübliche Batterien der Größe **AA** ein.

Schließen Sie das Batteriefach wieder.

# 7 Betrieb

## 7.1 Zu Ihrer Sicherheit

**HINWEIS**

**ÄRZTLICHEN RAT EINHOLEN**

Wenn Sie über 40 Jahre alt sind, eine Herzerkrankung haben, übergewichtig sind oder sich seit mehreren Jahren nicht sportlich betätigt haben, empfiehlt sich vor dem Einstieg in ein intensives Trainingsprogramm ein Arztbesuch.

Für einen gefahrlosen Betrieb und ein erfolgreiches Training lesen Sie die folgenden Punkte zu Ihrer eigenen Sicherheit vor Beginn der Benutzung des CURVE:

- Das CURVE ist motorlos und das Band bewegt sich frei! Steigen Sie immer über die Rückseite des CURVE auf und ab. Halten Sie sich dabei immer am Geländer fest.
- Halten Sie Kleidungsstücke und Handtücher von der Lauffläche des Laufbands fern. Achten Sie darauf, dass Schnürsenkel nicht über die Unterseite der Schuhsohle hinausreichen.
- Halten Sie den Bereich hinter dem Laufband frei und achten Sie darauf, dass zwischen der Rückseite des Laufbands und Wänden bzw. Möbeln ein Abstand von mindestens 2 m besteht.
- Halten Sie Ihre Hände von allen beweglichen Teilen fern.
- Kinder und Tiere dürfen das Laufband nicht betreten! Lassen Sie Kinder und Tiere nie unbeaufsichtigt in der Umgebung eines Laufbands.
- Überprüfen Sie das Laufband vor der Verwendung auf defekte oder lose Bauteile, diese ggf. austauschen bzw. befestigen.
- WOODWAY Laufbänder können von Personen bis maximal 350 kg Gewicht eingesetzt werden. Auf Grund der Funktionsweise kann nicht sichergestellt werden, dass der Laufflächengürtel des Laufbands bei Bedarf sofort anhält (z.B. wenn sich ein Gegenstand im Laufflächengürtel oder in den Rollen verfängt).
- Betreten und Verlassen Sie das Laufband vorsichtig! Steigen Sie niemals auf das Laufband auf bzw. vom Laufband ab, wenn sich der Laufflächengürtel bewegt. Halten Sie sich zu Ihrer Sicherheit am Geländer fest und stellen Sie sich gegrätscht rechts und links neben die Lauffläche. Steigen Sie erst vom Laufband ab, wenn der Laufflächengürtel kontrolliert zum Stillstand gekommen ist.
- Tragen Sie geeignete Sportschuhe mit hoher Rutschfestigkeit. Verwenden Sie keine Schuhe mit Absätzen, Ledersohlen oder Laufschuhe mit Spikes. Vergewissern Sie sich zum Schutz Ihres Gerätes, dass sich keine Steine im Profil der Schuhsohlen befinden.
- Nehmen Sie sich einige Minuten Zeit, um Ihre Herzfrequenz in den gewünschten Trainingsbereich zu bringen. Gehen Sie nach einer Trainingseinheit noch einige Zeit langsam, um Ihrem Körper ausreichend Zeit zur Erholung und Entspannung zu geben. Ihre Pulsfrequenz bewegt sich während dieser Zeit zurück in den normalen Bereich.

**ACHTUNG**

Der Benutzer/Besitzer bzw. der Betreiber des Gerätes ist dafür verantwortlich, dass eine regelmäßige Wartung und Überprüfung des CURVE vorgenommen wird.

Defekte Bauteile müssen sofort ausgetauscht werden. Bis zur fachmännischen Instandsetzung darf das Laufband nicht verwendet werden!

## 7.2 Sicherheitsausrüstung

### 7.2.1 Rücklaufbremse

Die unmotorisierte Lauffläche des CURVE ist so konzipiert, dass der Benutzer den Laufflächengürtel antreibt und seine Geschwindigkeit steuert. Dies ist ausschließlich durch die innovative bogenförmige Bauart in Kombination mit der Schwerkraft möglich.

**Nur Vorwärtslauf!** Zur Sicherheit des Benutzers rotiert die Lauffläche ausschließlich in einer Richtung, die den Einsatz des Geräts zum Vorwärtslaufen (und nicht zum Rückwärtslaufen) zulässt. Somit steht eine stabile und nahezu arretierte Lauffläche für den Aufstieg auf bzw. Abstieg vom Laufband über die Hinter- bzw. Rückseite des Geräts zur Verfügung.

**ACHTUNG**

Das CURVE Laufband darf nur seitlich im Rückbereich betreten werden! Niemals von vorn aufsteigen!

Durch das Betreten der Vorderseite des Gerätes beginnt sich das Laufband sofort zu drehen. Unfallgefahr!

*Abb. 19 CURVE betreten*

### 7.2.2 Sicherheitsgeländer

Das CURVE besitzt ein beidseitiges gebogenes, im vorderen Bereich umlaufendes Geländer. Dies ermöglicht dem Benutzer, direkten Kontakt zu halten, um so Sicherheit und Stabilität auf der gesamten Wölbung der Lauffläche zu erhalten.

Der Benutzer sollte sich bei Bedarf (zum Beispiel zum Anhalten) zur eigenen Sicherheit am Geländer festhalten.

| ACHTUNG |
| --- |
| Zum Auf- und Absteigen immer das Geländer benutzen! |

## 7.3 Training in der Praxis

### 7.3.1 Professionelle Beratung

Für alle Anfänger eines Laufbandtrainings empfiehlt es sich, eine Beratung durch einen professionellen Fitnesstrainer oder Personal Trainer zu nutzen, um vor Beginn eines Trainingsprogramms eine allgemeine Fitnessbewertung zu erhalten und ein optimales Trainingsprogramm zu entwickeln.

Für die optimale Nutzung und Sicherheit des Laufbandtrainings empfiehlt WOODWAY, sich beim Training auf dem Laufband in einer aufrechten und natürlichen Laufform zu bewegen und schleppende Fußbewegungen zu vermeiden.

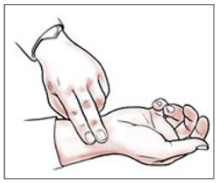
Beachten Sie vor dem ersten Training die Hinweise zur Funktion des CURVE Laufbanden im Kapitel 5.1 auf Seite 15.

### 7.3.2 Warm-up und Cool-down

Vor jedem Training wird ein Warm-up und nach jedem Training ein Cool-down empfohlen. Nach Möglichkeit sollten Sie immer vor und nach dem Training einige grundlegende Dehnungsübungen für die Beine einbeziehen. Durch die Dehnungsübungen sind Sie beweglicher und können somit Muskelkater sowie Verletzungen bei tagtäglichen Aktivitäten vorbeugen.

### 7.3.3 Puls messen

Für die Auswahl des für das Training optimalen Fitnesslevels ist es wichtig, Ihre Herzfrequenz bzw. Ihren Puls möglichst genau zu bestimmen. Hierfür empfiehlt sich die Verwendung eines qualitativ hochwertigen Herzfrequenzmessers (im Lieferumfang Ihres Gerätes enthalten).



Für den Fall, dass Sie keinen Herzfrequenzmesser besitzen, fühlen Sie Ihren Puls, indem Sie Ihre Finger an die Unterseite Ihres Handgelenks oder an eine Seite Ihres Halses legen. Sehen Sie auf die zweite Hand mit der Uhr und zählen Sie währenddessen, wie viele Herzschläge Sie in 15 Sekunden fühlen. Multiplizieren Sie diese Zahl mit vier, um die Schläge pro Minute (Beats per Minute, BPM) zu ermitteln. Ihre Herzfrequenz wird benötigt, wenn Sie Ihren Fitnesstest durchführen.

### 7.3.4 Ermittlung maximale Herzfrequenz

Subtrahieren Sie zur Ermittlung Ihrer maximalen Herzfrequenz Ihr Alter von der Zahl 220 (allgemeine Formel). Bei der Differenz handelt es sich um einen Näherungswert für Ihre maximale Herzfrequenz. Diese Formel wird von der American Heart Association sowie vom American College of Sports Medicine verwendet. Eine exakte Ermittlung Ihrer tatsächlichen maximalen Herzfrequenz besteht in der Durchführung eines von Ihrem Arzt veranlassten Belastungstests. Die American Heart Association empfiehlt, sich einem Belastungstest zu unterziehen, wenn Sie eine Vorgeschichte einer Herzerkrankung haben oder wenn Sie über 40 Jahre alt sind und ein Trainingsprogramm beginnen.

**Empfehlung Herzfrequenz:** Während des Trainings empfiehlt es sich, einen Wert von 85 % (sub-maximal) Ihrer maximalen Herzfrequenz nicht zu überschreiten. Unsere Programme sind dafür vorgesehen, dass sich Ihre Herzfrequenz innerhalb der Zielregion bewegt. Ihre Zielregion ist ein Bereich zwischen 60 und 75 % Ihrer maximalen Herzfrequenz. Sollten Sie feststellen, dass Ihre Herzfrequenz oberhalb dieser 75 % liegt, laufen Sie wahrscheinlich mit zu hoher Geschwindigkeit. Reduzieren Sie Ihre Laufgeschwindigkeit oder unterbrechen Sie Ihr Training für einen kurzen Moment, um Ihre Herzfrequenz zurück in die Zielregion zu bringen.

### 7.3.5 Herzfrequenztabelle

| Alter | maximale Herzfrequenz [BPM*] | 60 % der maximalen Herzfrequenz [BPM*] | 75 % der maximalen Herzfrequenz [BPM*] | 85 % der maximalen Herzfrequenz [BPM*] |
|---|---|---|---|---|
| 20 | 200 | 120 | 150 | 170 |
| 25 | 195 | 120 | 150 | 160 |
| 30 | 190 | 110 | 140 | 160 |
| 35 | 185 | 110 | 130 | 150 |
| 40 | 180 | 100 | 130 | 150 |
| 45 | 175 | 100 | 130 | 140 |
| 50 | 170 | 100 | 120 | 140 |
| 55 | 165 | 90 | 120 | 130 |
| 60 | 160 | 90 | 120 | 130 |
| 65 | 155 | 90 | 110 | 130 |
| 70 | 150 | 90 | 110 | 120 |
| 75 | 145 | 80 | 100 | 120 |

** **BPM**: Beats per minute (Schläge pro Minute), Quelle: American College of Sports Medicine*

### 7.3.6 Trainingshäufigkeit

Lassen Sie sich zu Beginn Ihres Trainings ausreichend Zeit in Form zu kommen. Nach einer Trainingspause sollten Sie ebenfalls genügend Zeit zum Konditionsaufbau einplanen.

**Ausdauertraining!** Vorrangig ist ein einheitliches und ausdauerndes Training - nicht die Intensität des Trainings. Fitnessexperten empfehlen, anfangs drei- bis viermal pro Woche im Rahmen Ihrer Zielherzfrequenz mindestens 20 Minuten pro Trainingseinheit zu trainieren. Ihre oberste Zielsetzung sollte darin bestehen, Schritt für Schritt eine Fitness zu erreichen, mit der Sie Ihre Herzfrequenz vier- bis fünfmal pro Woche problemlos 50 bis 60 Minuten lang in der Zielregion halten können.

**Sportschuhe!** Damit Sie keine wunden Füße und durch falsches Schuhwerk verursachten Muskelkater bekommen, empfiehlt sich die Verwendung qualitativ hochwertiger Lauf- oder Joggingschuhe. Achten Sie auf ausreichenden Halt für Fersen und Fußgewölbe.

## 7.4 Polar®-Herzfrequenzmesser

Das Display wurde so konzipiert, dass durch die Verwendung eines Polar®-Messgeräts die Herzfrequenz des Benutzers anzeigt wird. Damit die Herzfrequenz des Benutzers auf dem Display exakt angezeigt werden kann, muss der im Display eingebaute Empfänger ein stabiles Herzfrequenzsignal vom Polar®-Sender erhalten.

Das Polar®-Herzfrequenzsystem besteht aus drei Hauptelementen:

- Sensor/Sender
- Brustband/-gurt
- Messgerät/Konsole

Der Empfänger des drahtlosen Systems ist in die Einheit des Messgeräts bzw. der Konsole im Display eingebaut. Im Betrieb zeigt das Display die Herztätigkeit in Schlägen/Minute an.

**⚠ WARNUNG**

**Gefahr durch elektrische Störungen!**

Bei Verwendung des Senders des Herzfrequenzmessers zusammen mit einem elektrischen Herzschrittmacher kann es zu elektrischen Störungen mit einer Beeinflussung der Funktionalität kommen. Es besteht die Gefahr von gesundheitlichen Schäden!

► Verwenden Sie den Sender des Herzfrequenzmessers **nie** zusammen mit einem elektrischen Herzschrittmacher.

### 7.4.1 Anlegen des Brustgurts

Der Sensor/Sender wird unterhalb der Brust und oberhalb des Unterleibs getragen, vorzugsweise direkt auf der Haut (nicht über der Kleidung). Der Sender sollte unterhalb der Brustmuskulatur mittig angebracht werden. Nachdem der Gurt befestigt ist, ziehen Sie ihn vom Brustkorb weg, indem Sie das Band dehnen, und befeuchten Sie die leitenden Elektrodenstreifen, die sich unter den Druckknöpfen befinden. Der Sender arbeitet automatisch, während Sie ihn tragen. Er arbeitet nicht, wenn die Verbindung zwischen dem Sender und Ihrem Körper getrennt wird. Nachdem Sie den Sender abgenommen haben, waschen Sie das Band mit einem milden Waschmittel in warmem Wasser und spülen Sie es gründlich mit klarem Wasser aus. Da der Sender jedoch durch Feuchtigkeit aktiviert werden kann, sollten Sie ihn nach dem Reinigen trocken wischen. Reinigen Sie die Oberflächen des Senders nie mit großem Kraftaufwand.

### 7.4.2 Funktion des Senders

Sie dürfen höchstens einen Meter vom Empfänger entfernt sein, damit das Signal übertragen wird. Beachten Sie, dass Schwankungen bei der Herzfrequenzanzeige auftreten können, wenn Sie sich mit Ihrem Sender zu dicht an anderen Polar®-Geräten befinden. Halten Sie mindestens einen Meter Abstand zu anderen Polar®-Geräten.

**HINWEIS**

Möglicherweise ist der Empfang der Herzfrequenzmessung unregelmäßig oder vollständig gestört, wenn sich das Polar®-Messgerät zu nah an starken Quellen elektromagnetischer Strahlung befindet, beispielsweise in der Nähe von Starkstromleitungen, Fernsehgeräten, Computern, Elektromotoren oder anderen Fitnessgeräten. Innerhalb der Reichweite eines Empfängers sollte nur ein Sender verwendet werden, da der Empfänger sonst möglicherweise mehrere Signale gleichzeitig aufnimmt und ungenaue Messwerte ausgibt.

## 7.5 Display

Auf dem Display sind fünf Anzeigen vorhanden, mit denen die Programmstatistiken angezeigt werden. Die vierstelligen Anzeigen sind so programmiert, dass die Zeit im Format 88:88 angezeigt wird.

Zusätzlich beinhaltet das Display drei Funktionstasten, mit denen Einstellungen vorgenommen oder aktive Displayfelder gewechselt werden können.

*Abb. 20 Display*

### 7.5.1 Displayparameter

- Manuelle Benutzersteuerung der Geschwindigkeit (SPEED)
- Anzeige von Zeit (TIME), Kalorien (CALORIES), Distanz (DISTANCE) und Herzfrequenz (PULSE)
- Anzeige der Laufbandgeschwindigkeit (SPEED)

### 7.5.2 Beschreibung der Anzeigen

Auf den Anzeigefeldern des Displays werden folgende Daten angezeigt:

**SPEED:** Zeigt die aktuelle Geschwindigkeit in km/h an.

**TIME:** Zeigt die kumulierte Trainingszeit an.

- Zählt die Gesamtzeit ab Trainingsbeginn bis Trainingsende. Die TIME-Anzeige wird automatisch angehalten, wenn 3 Sekunden keine Trainingsaktivität erkannt wurde.
- Die Trainingszeit kann vorab eingestellt werden (siehe Anweisungen zu den Funktionstasten). Wenn die voreingestellte Zeit abgelaufen ist (Count down), ertönt ein Piepton.

**DISTANCE:** Zeigt die zurückgelegte Trainingsdistanz an.

- Die Trainingsdistanz kann vorab eingestellt werden (siehe Anweisungen zu den Funktionstasten). Wenn die voreingestellte Distanz erreicht wurde, ertönt ein Piepton.

**CALORIES:** Zeigt die Kalorien an, die während des Trainings verbraucht werden.

- Der Kalorienwert, der durch eine Trainingseinheit verbraucht werden soll, kann vorab eingestellt werden (siehe obige Anweisungen). Wenn der voreingestellte Kalorienwert erreicht wurde, ertönt ein Piepton.

**ALARM:** Das Display gibt einen Piepton aus, wenn die Taste MODE, SET oder RESET gedrückt wird.

**AUTO-EIN/AUS AUTO-START/STOP:** Das Display erkennt den Einsatz des Laufbandes automatisch und die LCD-Felder zeigen die Daten bei Bewegung des Laufflächengürtels an. Befolgen Sie zum Zurücksetzen der Werte die Anweisungen zu den Funktionstasten. Das Display schaltet sich automatisch ab, wenn das Laufband 8 Minuten lang nicht genutzt wird und der Laufflächengürtel 8 Minuten lang nicht bewegt wird.

### 7.5.3 Beschreibung der Funktionstasten

Über die Funktionstasten können verschiedene Parameter dem persönlichen Trainingsanforderungen angepasst werden.

**MODE:** Drücken Sie diese Taste, um zwischen den Anzeigefenstern zu wechseln und das Fenster auszuwählen, welches Sie programmieren möchten:

- Distanz
- Kalorien
- Zeit

Eine Raute ♦ wird in der linken oberen Ecke anzeigt. Dies bedeutet, dass im Fenster Einstellungen vorgenommen werden können. Wenn Sie die MODE-Taste drücken, wird die Raute im nächsten Fenster angezeigt.

**SET:** Programmieren Sie den Wert des durch die MODE-Raute ausgewählten aktiven Fensters, indem Sie die SET-Taste drücken. Mit jedem Tastendruck erhöht sich der Wert in für die jeweilige Anzeige angemessenen Schritten.

**RESET:** Setzt die Zeitangabe im normalen Betrieb zurück. Des Weiteren wird das durch die MODE-Raute ausgewählte aktive Fenster ebenfalls zurückgesetzt.

## 7.6 Trainingsablauf

### Trainingsbeginn

**ACHTUNG**

Zum Auf- und Absteigen immer das Geländer benutzen!

Das CURVE Laufband darf nur seitlich im Rückbereich betreten werden! Niemals von vorn aufsteigen!

Durch das Betreten der Vorderseite des Gerätes beginnt sich das Laufband sofort zu drehen. Unfallgefahr!

Beginnen Sie zunächst langsam zu gehen, während Sie sich am Geländer festhalten. Das Display wird durch die Bandbewegung aktiv.

Wenn Sie das motorlose Laufband CURVE zum ersten Mal verwenden, gehen Sie einige Minuten mit geringer Geschwindigkeit weiter. Hierdurch lernen sie das Gerät und seine Reaktion auf größere bzw. kleinere Schritte am besten kennen. Das Geländer gibt Ihnen zu jeder Zeit die notwendige Sicherheit.

### Aktive Steuerelemente

Während des Trainings können Sie jedes der Datenanzeigefenster zurücksetzen. Dazu wechseln Sie mithilfe der MODE-Taste zum gewünschten Fenster und drücken anschließend die RESET Taste.

### Training beenden

**ACHTUNG**

Verringern Sie zum Beenden des Trainings gleichmäßig die Schrittgeschwindigkeit. Halten Sie sich dabei am Geländer fest.

Wenn Sie abrupt das Training unterbrechen oder beenden möchten, stützen Sie sich am Geländer ab und stellen sich rechts und links neben die Lauffläche. Lassen Sie dann die Lauffläche kontrolliert selbstständig zum Stillstand kommen.

Das Display kann zurückgesetzt werden, indem Sie mithilfe von MODE zum gewünschten Anzeigefenster wechseln und anschließend RESET drücken. Das Display wird automatisch ausgeschaltet, wenn das Laufband 8 Minuten lang nicht bewegt wird.

# 8 Zubehör und Services

Für alle Anfragen zu verfügbarem Zubehör und WOODWAY Serviceleistungen wenden Sie sich telefonisch an +49 (0)7621 - 940 999 - 0 an den WOODWAY Kundendienst / Vertrieb oder an Ihren zuständigen WOODWAY Händler.

**Boden-Schutzmatte:** Dient dem Schutz des Bodenbelags bzw. des Teppichbodens unter dem WOODWAY Gerät und schützt gleichzeitig vor Hindernissen wie einem hochflorigen Teppich.

**Polar-Brustgurt-Set:** Der Polar Sender-Brustgurt T34 ist der Polar-Brustgurt mit erweiterter Reichweite. Die Übertragung erfolgt drahtlos zum Fitnessgerät und dient der Herzfrequenzmessung.

Auskunft über die aktuellen Preise erhalten Sie über oben angegebenen Kontakt.

# 9 Wartung und Reinigung

**⚠ WARNUNG**

**Verletzungsgefahr durch mangelnde Qualifikation!**

Wenn Wartungs- und Reparaturarbeiten von nicht fachlich qualifiziertem Personal durchgeführt werden, kann es zu Materialschäden und schweren Verletzungen kommen.

► Wartungs- und Reparaturarbeiten dürfen nur von ausgebildetem Fachpersonal durchgeführt werden!
► Es ist alleinige Verantwortung des Betreibers, für Wartungs- und Reparaturarbeiten qualifiziertes Fachpersonal zu beauftragen.
► Bei Unklarheiten oder Rückfragen immer den **WOODWAY** Kundendienst oder Ihren Vertragshändler kontaktieren!
► Der Hersteller haftet nicht für Personen- und Materialschäden verursacht durch mangelnde Qualifikation!

## 9.1 Reinigung

**ACHTUNG**

Die Verwendung von Wasser und flüssigen Reinigungsmitteln im Rahmen von Reinigungsarbeiten kann zu Schäden an der Geräteelektronik führen!

► Es dürfen keine Flüssigkeiten auf elektrische Bauteile, Kabel, Kabelverbindungen und Display gelangen.
► Gerät niemals mit Wasserstrahl absprühen.

Das Laufband ist in regelmäßigen Abständen je nach Nutzungsintensität gründlich zu reinigen.

Leichte Verschmutzung und Staub mit weichen Tüchern entfernen. Grobe Verunreinigungen können mit feuchten Tüchern und mildem Seifenwasser entfernt werden. Nach der Reinigung mit trockenem Tuch nachtrocken!

**Reinigungshinweise:**

- Verwenden Sie keine scharfen Bürsten oder Scheuermittel, da dadurch der Lack und Kunststoffoberflächen zerkratzt werden können
- Verwenden Sie zum Reinigen keine scharfkantigen Werkzeuge (Messer, Metallspachtel) oder aggressive Lösungsmittel.
- Reinigen Sie alle Oberflächen nur mit scheuermittelfreien und milden Reinigungsmitteln.
- Um Schäden an den Bauteiloberflächen zu vermeiden, beachten Sie die Anwendungshinweise des Reinigungsmittels.

## 9.2 Schmierung

### 9.2.1 Lager

Außer den Achslagerungen sind alle im Laufband montierten Lager werksseitig geschmiert und müssen nicht nachgeschmiert werden.

Einmal jährlich sind die Lager an der Vorder- und Hinterachse mit einer Fettpresse nachzuschmieren (jeweils zwei vorn, zwei hinten).

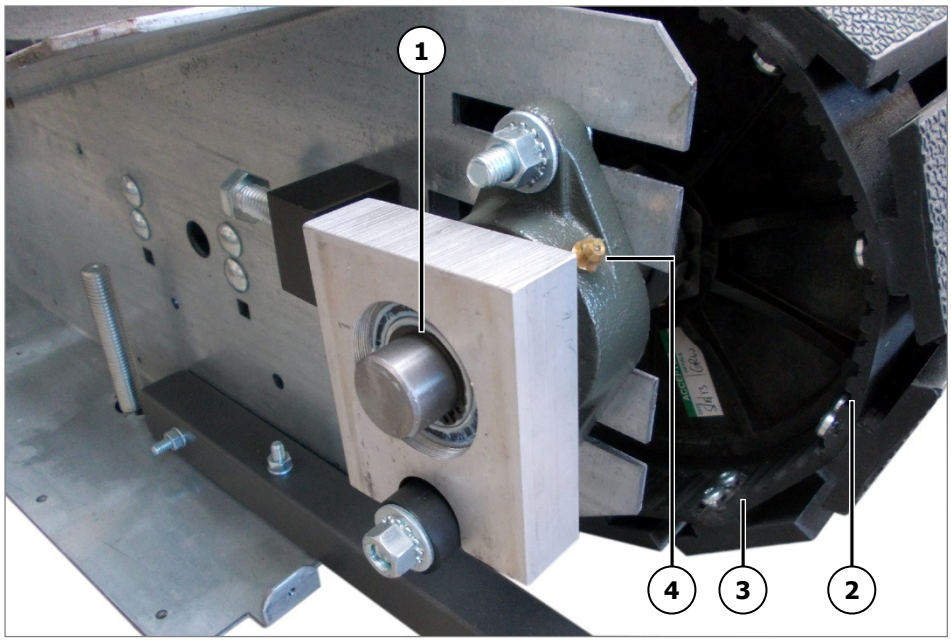



*Abb. 21 Achslagerung*

1. Freilauflager (wartungsfrei)
2. Innenseite des Laufflächengürtels
3. Kanten der Gürtellamellen
4. Schmiernippel, für alle vier Lager / Vorder- und Hinterachse

Zum Abschmieren sind die Seitenverkleidungen zu demontieren.

### 9.2.2 Laufflächengürtel

Durch die Reibung des Zahnkeilriemens des Laufflächengürtels an den Flanken der Umlenkscheibe kann es zu Geräuschen kommen.

Die Flanke des Zahnkeilriemens bei Bedarf leicht schmieren (Molykote oder ein vergleichbares Produkt) um Abhilfe zu schaffen. Tragen Sie ebenfalls Schmiermittel auf die Zähne des Synchronisationszahnriemens auf.

## 9.3 Synchronzahnriemen

Der Synchronzahnriemen auf der rechten Geräteseite (in Laufrichtung) verbindet die vordere und hintere Achse miteinander. Er gewährleistet eine gleiche Umfangsgeschwindigkeit der Achsen und den exakten Lauf des Laufflächengürtels.

Im Rahmen von Inspektionsmaßnahmen bei demontierter Seitenverkleidung oder bei übermäßiger Geräuschentwicklung ist der Zustand des Zahnriemens (Verschleiß, Zustand der Zähne) zu prüfen. Desweiteren ist die Spannung des Zahnriemens zu kontrollieren. Zum Nachspannen befindet sich eine Spannrolle oberhalb des Riemens, siehe Abb. 22. Durch Lösen der Befestigungsschrauben (Pos. 4) kann die Spannrolle mit der Konsole in den Langlöchern verschoben werden. Erhöhen Sie die Riemenspannung nach Bedarf. Abschließend beide Befestigungsschrauben wieder festziehen.

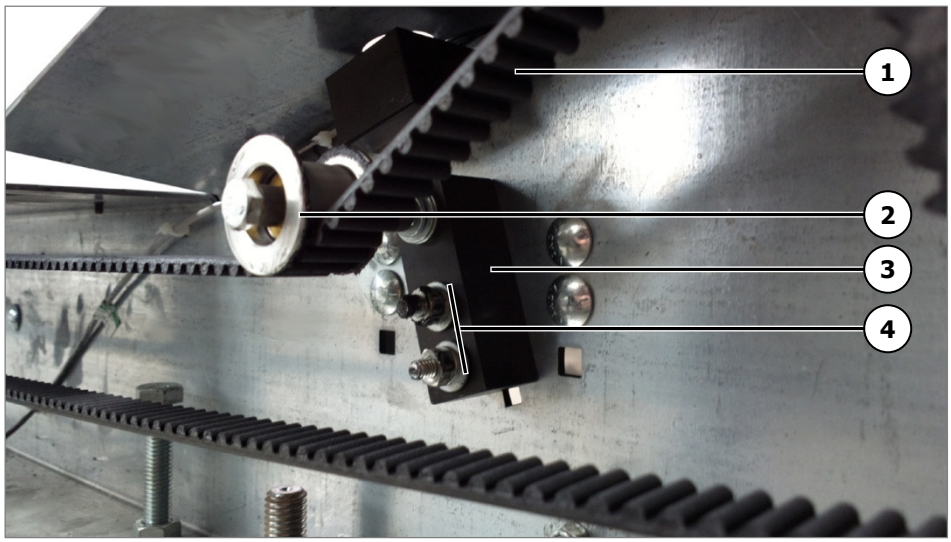



*Abb. 22 Synchronzahnriemen*

1. Synchronzahnriemen
2. Spannrolle
3. Spannrollenkonsole
4. Befestigungsschrauben

## 9.4 Reinigungs- und Wartungsintervalle

Wenn sich das Laufband in einer schmutzempfindlichen Umgebung befindet oder stark beansprucht wird, sind Reinigungs- und Inspektionsmaßnahmen entsprechend öfter durchzuführen.

Für eine ordnungsgemäße Kontrolle und regelmäßigen Durchsicht empfehlen wir Ihnen den Abschluss eines Wartungsvertrages mit WOODWAY.

**ACHTUNG**

Beschädigte oder abgenutzte Komponenten müssen umgehend ersetzt werden. Kann von dem festgestellten Mangel eine Gefahr für den Benutzer ausgehen, so darf das CURVE bis zu deren Reparatur nicht benutzt werden.

### 9.4.1 Wöchentliche Maßnahmen

- Reinigen Sie das Geländer, das vordere Anzeigefeld und die Verkleidungen.
- Überprüfen Sie den Gesamtzustand des Laufbands.
- Saugen Sie unter dem Laufband Staub.

### 9.4.2 Maßnahmen jährlich

- Saugen Sie im Innenraum des Laufbandes Staub. Nehmen Sie dazu das Geländer und die Verkleidungen ab.
- Überprüfen Sie alle Schraubverbindungen auf festen Sitz. Ziehen Sie lose Muttern und Schrauben fest.
- Reinigen Sie die Lauffläche.
- Überprüfen Sie den Zahnriemen. Tauschen Sie ihn aus, sofern Zähne fehlen oder stark abgenutzt sind.
- Schmieren Sie die Rollenlager an der Vorder- und Rückseite im Rahmen der jährlichen Wartung.

## 9.5 Fehlersuche

**ACHTUNG**

Mit Ausnahme der in diesem Kapitel beschriebenen Wartungsarbeiten darf das Laufband nur durch qualifiziertes Fachpersonal geprüft und instandgesetzt werden.

Im Bedarfsfall ist der WOODWAY-Fachhändler oder Kundendienst zu kontaktieren!

Für eine gezielte Beratung im Servicefall benötigen wir Angaben zu Ihrem Laufband. Mit den folgenden Informationen können Sie zu einer optimalen Beratung beitragen:

- Um welches Fabrikat und Modell handelt es sich und wie lautet die Seriennummer?
- Was geschah, bevor das Problem auftrat?
- Ist das Problem unerwartet aufgetreten oder hat es sich im Laufe der Zeit verschlimmert?
- Wurde das Laufband verwendet, als das Problem auftrat?
- Erläutern Sie alle weiteren Anzeichen, die Aufschluss über die Fehlerursache geben können.

# 10 Entsorgungshinweise

## 10.1 Batterien

Geben Sie gebrauchte Batterien immer zurück!

Entladene Batterien werden von öffentlichen Sammelstellen oder von entsprechenden Einzelhandelsgeschäften zurückgenommen.

Von uns erhaltene Batterien können Sie nach Gebrauch unentgeltlich an uns zurückgeben. Eine Rücksendung per Post ist ebenfalls möglich.

**Batterie-Rücknahme:**
Dieses Zeichen weißt Sie darauf hin, dass die Displaybatterien nach Verwendung nicht in den Hausmüll gegeben werden dürfen.

## 10.2 Geräteentsorgung

Die Entsorgung des Gerätes muss gemäß den jeweiligen nationalen gesetzlichen Bestimmungen erfolgen.

Entsprechende Entsorgungsunternehmen sind zu kontaktieren. Das Gerät am Ende der Nutzungsdauer einer sachgerechten Entsorgung zuzuführen (z.B. der örtlichen Sammelstelle für Wertstofftrennung):

- Die Geräteverpackung wird der Wertstoff-Wiederverwertung zugeführt.
- Die Metallteile des Gerätes werden der Altmetallentsorgung zugeführt.
- Kunststoffteile werden der Wertstoff-Wiederverwertung zugeführt.
- Gummiteile werden als Sondermüll entsorgt.

Die Entsorgung des Gerätes muss gemäß den jeweiligen nationalen gesetzlichen Bestimmungen erfolgen.

Verschleißteile sind Sonderabfall! Nach dem Austausch sind Verschleißteile nach den landesüblichen Abfallgesetzen zu entsorgen.

# 11 Wartungsprotokoll

| DATUM | WARTUNGSMAßNAHME | VON | BEMERKUNGEN |
|---|---|---|---|
| | | | |
| | | | |
| | | | |
| | | | |
| | | | |
| | | | |
| | | | |
| | | | |
| | | | |
| | | | |
| | | | |
| | | | |
| | | | |
| | | | |
| | | | |
| | | | |

# 12 Abbildungsverzeichnis


Abb. 1 Typenschild ..... 11
Abb. 2 Geräteabmessungen ..... 13
Abb. 3 CURVE Wirkungsweise ..... 15
Abb. 4 Montageschritt, Gerät platzieren ..... 18
Abb. 5 Montageschritt, Seitenverkleidung aufsetzen ..... 19
Abb. 6 Montageschritt, Seitenverkleidung unten verschrauben ..... 20
Abb. 7 Montageschritt, Seitenverkleidung oben/seitlich verschrauben ..... 20
Abb. 8 Montageschritt, Seitenverkleidung oben/mittig verschrauben (CURVE XL) ..... 21
Abb. 9 Montageschritt, Geländer positionieren ..... 21
Abb. 10 Montageschritt, Geländer aufstecken ..... 22
Abb. 11 Montageschritt, Geländer aufstecken - Kabel ..... 22
Abb. 12 Montageschritt, Kabel verbinden ..... 23
Abb. 13 Montageschritt, Geländer verschrauben ..... 23
Abb. 14 Montageschritt, Abdeckblech aufsetzen ..... 24
Abb. 15 Montageschritt, Abdeckblech verschrauben ..... 24
Abb. 16 Displaymontage, Kabel verbinden ..... 25
Abb. 17 Displaymontage, Befestigung ..... 25
Abb. 18 Batterien einlegen ..... 25
Abb. 19 CURVE betreten ..... 27
Abb. 20 Display ..... 31
Abb. 21 Achslagerung ..... 36
Abb. 22 Synchronzahnriemen ..... 37